5.133 Polievka zemiaková s kôprom 100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
voda	13,00	13,00	15,00	15,00	17,00	17,00	20,00	20,00
zemiaky	4,00	2,80	4,50	3,15	5,00	3,50	6,00	4,20
soľ	0,07	0,07	0,10	0,10	0,12	0,12	0,15	0,15
múka hladká	0,20	0,20	0,25	0,25	0,25	0,25	0,30	0,30
mlieko	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00
kôpor čerstvý	0,25	0,19	0,25	0,19	0,30	0,21	0,40	0,30
ocot	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25	0,30	0,30
smotana	0,75	0,75	1,00	1,00	1,50	1,50	2,00	2,00
maslo	0,10	0,10	0,20	0,20	0,35	0,35	0,35	0,35
hmotnosť porcie v g	180		200		220		250	

Výrobný postup

Očistené, umyté na kocky pokrájané zemiaky dáme variť do horúcej osolenej vody. Uvarené zahustíme zátrepkou z múky, mlieka a smotany. Zjemníme maslom, dochutíme umytým čerstvým posekaným kôprom, octom a varíme 20 minút.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	335	80	2,66	2,9	0,0	10,2	1,0	84,5	0,5	0,023	0,0	0,1	7,2	0,0
B	407	98	2,86	4,2	0,0	11,4	1,2	89,6	0,6	0,028	0,0	0,1	7,8	0,0
C	506	121	3,09	6,3	0,0	12,4	1,3	97,2	0,6	0,037	0,1	0,1	8,6	0,0
D	583	140	3,46	7,2	0,0	14,5	1,6	106,9	0,7	0,042	0,1	0,1	10,9	0,0